

Frankincense

e-book



King of oils



Extrayendo el Tesoro

Para conseguir la gomorresina del incienso se realizan incisiones en la corteza del árbol *Boswellia Frereana*. Esto hace fluir la resina del tronco, que posteriormente se secará al contacto con el aire y se agrupará en pequeños granos redondeados de una coloración amarilla pálida y opaca, de textura quebradiza y cuyo diámetro no pasará de los 2 cm. Estos valiosos granos pueden ser directamente expuestos al fuego para que se derritan y así exhalar su exquisito y milenario aroma, o bien, puede obtenerse su aceite esencial mediante un cuidadoso proceso de destilación por vapor como lo hace dōTERRA®.

Un árbol de *Boswellia Sacra* puede producir 500 gramos de resina cada año. Si los árboles se cuidan adecuadamente, es posible que produzcan resina durante cientos de años.

Valor histórico del incienso

Conocido como el Rey de los Aceites Esenciales, el incienso tiene una variedad de usos y beneficios notables. Este poderoso aceite es venerado por su capacidad para apoyar a mejorar la apariencia de la piel cuando se aplica tópicamente, promover el bienestar celular y apoyar a producir una respuesta inflamatoria saludable cuando se usa por vía interna, entre otras virtudes.

Por sus múltiples beneficios, no hay duda de por qué el incienso fue altamente estimado por las civilizaciones antiguas y utilizado para las prácticas más sagradas. Para algunas religiones, el incienso se correlaciona con una de las posesiones más preciadas de los tiempos bíblicos antiguos.

El incienso también se utilizó durante las ceremonias religiosas con ungüentos para suavizar la piel y el perfume. El aroma que emite el incienso promueve sentimientos de satisfacción, paz, relajación y bienestar general, lo que explica su valor único en la antigüedad.

Al igual que en supreciado pasado, el aceite de incienso es altamente valorado en la comunidad dōTERRA y continúa como uno de los aceites esenciales más populares.

Química & Descripción de la planta

El aceite esencial de incienso deriva del árbol de Boswellia Sacra y árboles de una especie similar. La Boswellia Sacra se caracteriza por su corteza delgada y pelada, ramas enmarañadas y hojas agrupadas al final de las ramas. Los troncos de estos árboles a menudo tienen más de un tallo; sin embargo, algunos tienen un solo tronco. Estos árboles pueden crecer hasta ocho metros y comúnmente en laderas rocosas. La Boswellia Sacra es originaria de Etiopía, al norte de Somalia, al sudoeste de Omán y al sur de Yemen.

La resina incienso de un árbol es una sustancia parecida a la savia con una alta viscosidad. Durante siglos, la resina se ha obtenido a través de un corte o una incisión en el árbol, que luego emite grandes cantidades. Después de que la resina se secreta del árbol, se raspa o se recolecta a medida que gotea en el suelo.

Cuando dōTERRA obtiene la resina de los árboles, estos son cuidadosamente marcados. A partir de ahí, la resina se destila delicadamente y se extraen los aceites esenciales.

Principales componentes químicos: α -pineno, limoneno, α -tujeno. El aceite de incienso contiene una mezcla compleja de monoterpenos tales como alfa-pineno limoneno, alfa-tujeno y beta-pineno. Esta mezcla intrincada de componentes trabaja en conjunto para hacer un aceite con muchos usos y beneficios. Los componentes químicos únicos contribuyen a los efectos renovadores del aceite esencial cuando se aplica tópicamente y la capacidad de soportar diversas células en el cuerpo cuando se toma internamente. Los monoterpenos también contribuyen a los beneficios aromáticos del aceite, incluida su capacidad para promover la relajación y un sentido de atención.

¿Qué aceites se mezclan bien con el incienso?

Los aceites cítricos como la lima, el limón y la naranja silvestre, y otros como el ciprés, la lavanda, el geranio, la rosa, el sándalo, ylang ylang y la salvia para su uso aromático.



Incienso Veggie caps

INMUNIDAD DIARIA:

2 gotas de incienso
2 gotas de on guard.

FLOO EXTRA INMUNE:

1 gota de incienso
1 gota de limón
1 gota de on guard
1 gota de orégano.

HERIDAS Y CICATRIZACIÓN:

2 gotas de copaiba
2 gotas de incienso
2 gotas de mejorana.

APOYO PARA TODO:

1 gota de incienso
1 gota de yarrow pom
1 gota de cúrcuma
1 gota de copaiba.

Agrega los aceites esenciales a una cápsula vegetal y añade unas gotas de aceite de oliva o MCT oil para evitar oil burps.

‘El aceite de la verdad’

INCIENSO

Es un revelador de engaños y falsas verdades. Nos protege de las bajas vibraciones, mentiras, engaños y negatividad, y en caso de vernos rodeados de, nos invita a liberarnos de ello para traer en su lugar comprensión espiritual, sabiduría y nuestra verdadera esencia.

El incienso es un limpiador de oscuridad espiritual para eliminarla de los ojos, diluir las barreras de la mente y los muros del corazón.

Nos apoya a despertar el lado espiritual para guiar al alma en su propia evolución y a sentir el amor paternal de lo Divino por su suavidad que representa el cobijo del padre: nos hace sentir amados y protegidos. A través de su poder, el incienso nos acerca a la divinidad y a la grandeza del verdadero ser.

31 Usos del Incienso

1. Toma 1-2 gotas sublinguales AM y PM para elevar las defensas.
2. Inhala durante tu práctica de meditación.
3. Aplica en cicatrices o marcas en la piel para reducir la apariencia.
4. Agrega una gota a tu crema hidratante para un cutis saludable.
5. Aplica en el dedo gordo 1 gota de incienso + 1 gota de vetiver y llévalo al paladar para un sueño reparador.
6. Aplica en la nuca 1 gota de incienso para un brain boost.
7. Combínalo con menta para disminuir dolores de cabeza.
8. Aplica con crema de ojos para reducir líneas de expresión.
9. Aplica en el corazón en momentos de ansiedad.
10. Aplica en columna vertebral para elevar sistema inmune.
11. Aplica en caso de quemaduras ligeras.
12. Combina con mirra para una piel radiante (serum con aceite de jojoba 60 ml: agrega 7 gotas de incienso + 7 gotas de mirra).
13. Toma 1 gota de limón, 1 gota de menta y 1 gota de incienso en una cucharada de miel en caso de garganta irritada.
14. Combina con tea tree en caso de cortadas y raspones.
15. Combina con easy air y aplica en plantas de los pies para promover respiración despejada.
16. Agrega a una cápsula vegetal 2 gotas de incienso + 2 gotas de cúrcuma para soporte cerebral.
17. Agrega 1 gota al agua de tu perro para elevar sistema inmune.
18. Agrega 4 gotas a 1 taza de sales epsom + 5 gotas de lavanda para un baño de pies desintoxicante.
18. Agrega 4 gotas a 1 taza de sales epsom + 5 gotas de lavanda para un baño de pies desintoxicante.
19. Difunde con peace en el ambiente en momentos de enojo o molestia.
20. Aplica en el cuello para reducir tensión.
21. Aplica en columna vertebral con lavanda para promover sentimientos de calma.
22. Agrega a una cápsula vegetal 2 gotas de incienso + 2 gotas de orégano + 2 gotas de limón para fortalecer el sistema inmune.
23. Tómallo sublingual con copaiba para apoyar el sistema nervioso central.

24. Aplica con aceite fraccionado de coco en caso de labios partidos.
25. Para dolor de oído, haz una mezcla con lavanda y aplica por fuera.
26. Agrega a compresas calientes junto con deep blue en caso de dolor muscular.
27. Aplica en brotes de la cara.
28. Difunde en prácticas de yoga.
29. Combina con cualquier otro aceite esencial para amplificar sus beneficios.
30. Date un masaje en las manos con incienso para un efecto cálido y relajante luego de un largo día de trabajo.
31. Aplícalo en las sienes durante el día para equilibrar el estado de ánimo.



Cuando nos sentimos abandonados
u olvidados, el incienso nos recuerda
que somos amados y protegidos.

